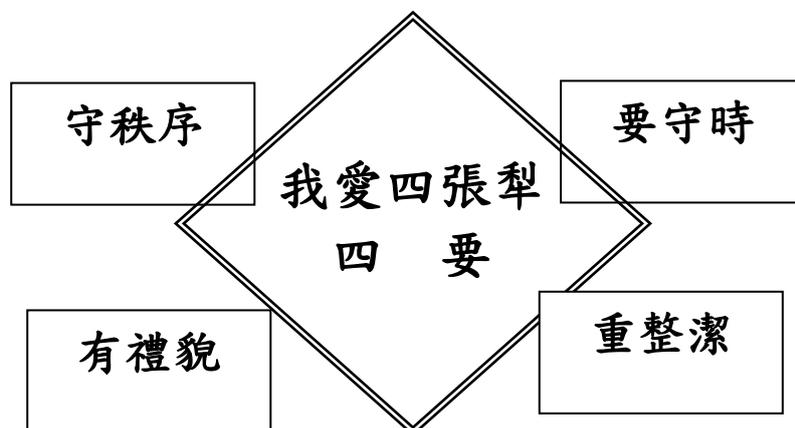


臺中市立四張犁國民中學 113 學年度
班親會會議資料



輔導室彙整 113 年 9 月 20 日

學校願景 · 教育理想 · 辦學理念

★**學校願景**：學生為主體，在犁中能擁有「快樂生活，健康成長，全方位學習」。

- 1、快樂生活—認識生命，尊重生命，愛惜生命；重視群我關係，樂於與人相處，利人利己，用心生活。
- 2、健康成長—生活即活動，活動即學習，學習即教育；健全心靈，鍛鍊體魄，成長茁壯。
- 3、全方位學習—努力學習，培養多元能力，提升競爭力；立足校園，關懷社會，放眼世界。

★**教育理想**：六有原則



★辦學理念：

一、學生學習是主體—創造多元的學習環境，發揮適性揚才之功效：

以學生為主體，尊重個別差異，因應十二年國民教育之實施，倡導適性教學，營造一個健康成長、快樂學習的校園。

二、教師教學是核心—建構學習型組織文化，增進教師專業知能：

善用「溫馨和諧、團隊服務」之經營理念，建立充滿「教育愛」的教學環境，建立各種教師專業團隊，用專業進行有效教學，提升教學成效。

三、行政服務是基礎—形塑有效能的行政文化，提供積極服務之績效：

教育推動應本著人本情懷，服務支援的團隊精神，善用溝通與協調，充分的尊重與關懷同仁，創造高效能的行政文化，共同建立和諧、永續的校園倫理。

四、師生家長是夥伴—秉持親師合作理念，認同支持與參與學校：

秉持親師合作理念，鼓勵家長參與學校事務，建立教育共識，提升認同與支持學校的辦學理念；善用家長人力資源與社會背景，協助學校發展本位特色文化。

五、社區資源是力量—學校社區合作，發展成共存共榮之生命共同體：

「社區是學校的資源教室、學校是社區的文化中心」，落實「學校即社區」「社區即學校」的精神，形成學校與社區共存、共榮的生命共同體，分享資源。

六、品牌形象是信賴—積極發展特色，形塑優質形象的創新品質：

因應少子女化，學校應積極發展特色，形塑優質形象，展現高品質的績效。

★營造具有「學校特色」與「品牌信賴度」的卓越學校。

犁中之光

一、品德教育：

- (一) 臺中市推動品德教育「典範標竿學校」。
- (二) 臺中市「品德教育認證學校」。
- (三) 臺中市國中組「友善校園特優學校」。
- (四) 親子天下雜誌「品格教育推手學校」。
- (五) 公益信託星雲大師教育基金「三好校園典範學校」。
- (六) 佛光山星雲大師教育基金「三好校園實踐學校」。

二、閱讀教育：

- (一) 教育部「閱讀磐石學校」。
- (二) 教育部優質國中「100選閱讀優質學校」。
- (三) 教育部「閱讀推手學校」。
- (四) 臺中市國民中小學「推動閱讀績優第一名學校」。
- (五) 親子天下雜誌「100所樂讀學校」。
- (六) 全國中小學「閱讀星球校園獎學校」。

三、學生事務：

- (一) 臺中市校務評鑑「特優學校」暨「亮點學校」。
- (二) 臺中市友善校園輔導工作國中組「績效訪視優等學校」。
- (三) 全國「績優童軍團學校」。
- (四) 臺中市「績優女童軍團學校」。
- (五) 106~107學年度中市普及化運動班際排球賽「冠軍二連霸學校」。
- (六) 臺中市中輟預防追蹤與復學輔導「績優學校」。
- (七) 臺中市體適能教育推動SH150方案考核「績優學校」。
- (八) 臺中市學生午餐及營養教育工作輔導考核工作「優等學校」。
- (九) 111學年度學生學習扶助到校輔導績優學校
- (十) 臺中市105~112年度國民中小學「優質亮點發展學校」。
(主題:四張王牌·犁是贏家)
(特色:宏觀閱讀、國際交流、品德典範、技藝專才)
- (十一) 110~112年度健康促進績優學校「銅質獎」
- (十二) 第十二屆三好校園實踐學校(主題:四張好牌,犁中共好)。

教務處工作報告 處工作報告

落實新課綱，犁中好素養

從強調「知識」，到提升「素養」的年代，在新課綱規劃中「核心素養」成為整個課綱架構的核心概念。「素養」代表著一個人「為適應現在生活和面對未來挑戰，應該具備的知識、能力和態度。」簡單來說，素養是在真實的生活情境下，可以使用的能力，要解決真實生活中遇到的問題。亦是本校著重培養孩子的能力。

四張犁國中除了部定課程、彈性課程，也強調多元活動，從中建構全方位的學習，充實三年學習生活，讓犁中的孩子打下優良的基礎，展望未來。

一、四張犁國中積極辦學獲獎無數：

感謝各位家長的支持與協助，本校屢獲佳績：

連續七年榮獲台中市亮點學校、台中市品德標竿典範學校、親子天下-樂讀百大學校、三好校園實踐學校。校務評鑑成績優異以「幸福悅讀、品德典範、技藝專才、多元社團、健康樂活、在地融合、雙語教學」等七大學校特色，榮獲台中市課程發展、學生學習特優學校、行政管理、教師教學、環境營造優等學校。

本校因應十二年國教趨勢，發展犁中孩子擁有「宏觀閱讀、國際交流、品德典範、技藝教育」等四張王牌，以立足台灣，放眼世界，成為四張犁之光。

二、主題課程學習，開發學生多元智能

因應十二年國民教育，辦理主題課程學習，開發學生多元智能。本年度暑期辦理一系列主題課程，豐富學生的學習經驗，課程規劃如下所示：

(一)暑期-「犁中夏日樂學」：透過閱讀、運動、數位 AI、藝術、團體動力等，一系列課程，讓孩子享受一夏。

(二)館學合作課程：走讀國立台灣美術館、國立資訊圖書館、地震博物館，走出教室開闊視野，多元學習。

(三)創客、翻轉教育：犁中導入創客、翻轉教學，培養學生主動學習，教師引發孩子學習動機，從旁協助引導訓練獨立思考，激發創造力思維，促進團隊溝通合作能力，增進創意 解決問題能力，實踐做中學。

三、積極推動雙語教學，努力創造全美語學習情境

(一)全美語教學：推動外師駐校方案，讓我們的孩子聽、說、讀、寫全面提升美語能力。

(二)本校各年級午餐 ICRT News Lunchbox 廣播、英語科定期評量加考聽力測驗。

(三)甄選校內孩子參與英語相關競賽如：作文比賽、讀者劇場比賽、演講比賽，並鼓勵孩子參加英語檢定，通過者家長會頒發獎勵金，全面啟發英語學習興趣，充實外語能力。

四、宣導國民小學及國民中學學生學習評量辦法第 13 條畢業條件，詳見附件 1。

五、補行評量宣導

補行評量給予同學補救畢業和升學積分的機會，於學期結算成績後辦理。

(一) 畢業條件當中規定領域學習課程成績，語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、科技、健康與體育八領域有四大領域以上，其各領域之畢業總平均成績，均達丙等以上。

(二) 升學積分的採計藝術、綜合、科技、健體、四領域五學期平均成績，「各」達 60 分(含)以上者方可獲得積分。

六、校務系統宣導

同學可以善用校務系統，檢視自己的成績與日常表現紀錄，爭取佳績、及時勘誤；也可以查看學校公告，瞭解升學訊息。

(一) 在臺中市國中小雲端校務系統，選擇：北屯區，四張犁國中。

<https://school.tc.edu.tw/list-school>

(二) 輸入自己的帳號、密碼。

(三) 請同學定考結束後約一週、登入校務系統，查看自己的成績，如有疑問，請向任課老師反應。如果同學看不到成績，是因成績仍在處理中、未傳送資料。

七、教育會考與升學宣導

(一) 114 年國中教育會考考試日期訂於當年 5 月 17、18 日(週六、日)，成績標示說明如附件 2，此項成績用於升學。國民中學學生除經直轄市、縣(市)政府核准者外，應參加教育會考。國中三年級學生具特殊情形，報經直轄市、縣(市)政府核准後得免參加國中教育會考。

(二) 中投區高級中等學校入學說明

1. 附件 3~4 是今年六月的國中畢業生(目前就讀高一)採用的制度，請參閱。

2. 中投區高級中等學校入學作業要點超額比序項目之「均衡學習」採計方式，如下：每科採 3 分，總計 12 分，即健體、藝術、綜合、科技四領域五學期平均成績「各」達 60 分(含)以上者，方可「各」獲 3 分，四領域皆符合者即可累積獲 12 分。

(三) 五專入學說明，請參閱附件 5。

(四) 高中和五專入學超額比序項目包括國中教育會考表現、均衡學習、校內社團、服務學習、無記過紀錄、獎勵紀錄等。

(五) 升學規定可能會更新調整，以招生入學委員會之最新公告為準，相關重要資訊掛載於本校網站之升學專區或校務系統之校務佈告欄。

八、深耕閱讀，人文犁中

(一) **本學年度由施錦瑢老師繼續擔任本校「閱讀推動教師」**，統籌規劃與推動全校閱讀推廣事務，教授彈性閱讀素養課程，請家長多多協助與配合。

(二) 辦理犁中閱讀週-擴大書展，活化學校閱讀氛圍，培養孩子主動閱讀的優秀習慣。

(三) 本校圖書室藏書已高達 2 萬餘冊，平均每位學生擁書 32 冊的課外圖書，書籍多為獲選文化部優良好書的推薦且富有教育意義，煩請家長多多鼓勵貴子弟閱讀，營造親子共讀的話題及氛圍。

(四) 教育部國教署 113 學年度持續推動「國民中小學新生閱讀推廣計畫」，以「ONE·閱讀」為主題，「1」是開始、整合和無限的可能，如同「閱讀」是一切學習的基礎，傳達只要開始閱讀，就有無限希望和力量。閱讀，從小到大，為使閱讀扎根能全面普及，贈送國中一年級新生每位同學 1 本優質好書及書籤，以培養學生閱讀優良好習慣，並且提供親子共讀的相關資料如下：<https://bookstart2024.book24.com.tw/>

(五) 本學期圖書室開放借閱時間：113.9.12~114.1.10，學生可借閱 3 本，借期 14 天；教職員工可借閱 6 本，借期 30 天。

(六) 圖書室將於本學期班親會時間進行「享受閱讀的美好」曬書活動，提供給全校師生與家長一場閱讀的饗宴，將書籍免費帶回家享受閱讀吧！

(七) 本學期繼續推動「晨讀 ing」活動，每週一及週四，時間早上 7:30~7:50 學生進行晨讀。歡迎各位家長給予鼓勵與支持，培養貴子弟終身閱讀的良好興趣。

九、資訊教育推廣

(一) 歡迎追蹤犁中“四張王牌，犁是贏家”臉書粉絲團，一同關心孩子們在校精采生活並請多多按讚唷。

(二) 本校學生資訊網路應用競賽採線上辦理，項目有電腦繪圖、簡報製作、英打與 scratch 程式製作等，請家長多鼓勵學生參加，並於課堂認真學習增進技巧，感謝師生努力，本校 113 年獲台中市資訊競賽團體第三名。

(三) 本市為推廣資訊教育，每年舉辦各項線上活動有豐富獎品，如網路應用停看聽 <https://isafeevent.moe.edu.tw>，今年度活動將於 113 年 9 月 16 號上午十點開始啟用。歷年頭獎有智慧型手機（市價\$23,600）還有很多其他獎項，歡迎多加鼓勵孩子們寓教於樂唷（活動細項可持續留意本校網站或活動網站）。

(四) 應用人工智慧於自主化學習教育已日漸普及，教育部目前規劃諸多平台如因材網（把數理知識“階層化與結構化”方便找出“迷思概念”的斷點）、酷英（可善用 AI 語辨增強英語聽說）、Pagamo（“打 game 唷”可將各學科融入虛擬世界，把“考科刷題”變成“尋寶探險”）、E-game 與 Bebras 挑戰賽等（可透過平台學習“運算思維”與“機器人機電整合”等），除學校各科老師也會盡量善用融入教學外，家長也可多鼓勵學生多加自主使用，例如：學生可自主挑戰、三五好友組隊挑戰、或由家長（大學伴）指派任務或陪伴挑戰唷，詳請可 Google 搜尋“犁中數位”或請孩子詢問資訊課教師。

(五) 網路普及學生常活躍於網路，敬請貴家長們提醒孩子勿發布各類霸凌、情緒勒索、侮辱毀謗、恐嚇、不實言論...於網際網路，本市他校已發生大規模盜用情形，接獲@st.tc.edu.tw 網域 GSuite 帳號（以下簡稱學習帳號）疑似遭盜用案件，並有不當被用於詐騙的風險，其樣態為盜用者先以學習帳號信箱註冊遊戲帳號後，在該遊戲帳號存放寶物並進行帳號販售，而衍生出詐騙或交易糾紛。請提醒孩子“學習帳號”請專門用來處理各項學習，且為避免此類盜帳事件已在 113 學年度開學前提高密碼安全性，目前“預設”密碼為身分證字號刪去最後一碼共九碼。

(六) 本校智慧教室與依教育部推動之“生生平板”課程設備複雜繁多，且也搭配多元領域如外師課程設計數位融入課程等，詳情敬請 Google 搜尋“犁中數位”，亦敬請卓參以下相關法規：設備倘有毀損或滅失情形應立即通知保管單位及財管單位，並依「臺中市市有財產管理自治條例」、「臺中市市有財產產及管理作業要點」及「臺中市政府及所屬各機關學校經營公有財物注意事項」規定處理，如係可歸責於使（借）用人之毀損、滅失，學校得依法請求賠償（以賠償原設備為原則；如賠償原設備有困難者，得以功能不低於原借用設備之新品設備取代或賠償原設備之價款），故敬請提醒同學愛護公物切勿破壞或不當使用。

★宣達重要學習評量日程

(一) 國三模擬教育會考

考試名稱	考試日期	考試範圍
第一次模擬教育會考	9/3 (二) - 9/4 (三)	第 1-2 冊 自然第一冊 (生物) + 自然第三冊 (理化)
第二次模擬教育會考	12/19 (四) - 12/20 (五)	第 1-4 冊

(二) 定期評量

考試名稱	考試日期
第一次定評	10/08 (二) - 10/09 (三)
一二年級第二次定期評量之作文評量	11/20 (三) 第 6 節
第二次定評	11/27 (三) - 11/28 (四)
第三次定評	1/16 (四) - 1/17 (五)

(三) 更多教務處學習規劃，可進入本校網站觀看，路徑：首頁「課程計畫」，下載本學期各學習領域（含彈性課程）課程計畫，了解全校各年級相關學習與評量活動。

國民小學及國民中學學生學習評量辦法

第 13 條

國民中小學學生修業期滿，符合下列規定者，為成績及格，由學校發給畢業證書；未符合者，發給修業證明書：

一、出席率及獎懲：學習期間授課總日數扣除學校核可之公、喪、病假及直轄市、縣（市）主管機關規範之假別，上課總出席率至少達三分之二以上，且經獎懲抵銷後，未滿三大過。

二、領域學習課程成績：

（一）國民小學階段：省略。

（二）國民中學階段：語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、科技、健康與體育八領域有四大領域以上，其各領域之畢業總平均成績，均達丙等以上。

附件 2

國中教育會考

各科等級標示點數對照表

會考等級標示	A ++	A +	A	B ++	B +	B	C
點數	21	18	15	12	9	6	3

國中教育會考

寫作測驗點數對照表

寫作測驗級分	6 級	5 級	4 級	3 級	2 級	1 級
點數	6	5	4	3	2	1

說明：

一、「國中教育會考總積點」為國文、數學、英語、社會、自然各科會考等級標示點數與會考寫作測驗級分點數之加總。

二、計算方式：

1. 國中教育會考總積點＝國文點數+數學點數+英語點數+社會點數+自然點數+寫作測驗點數

2. 各科按等級標示分 1~7 級，點數為級數的 3 倍，寫作測驗分 1~6 點，總和最高為 111 點。

三、範例：

若國中教育會考成績為：

國文 A+(點數 18)、數學 A++(點數 21)、英語 A(點數 15)、

社會 A(點數 15)、自然 B++(點數 12)、寫作測驗 5 級分(點數 5)

則其「國中教育會考總積點」為 $18+21+15+15+12+5=86$

四、如有變動，以中投區高級中等學校免試入學委員會之最新公告為準。

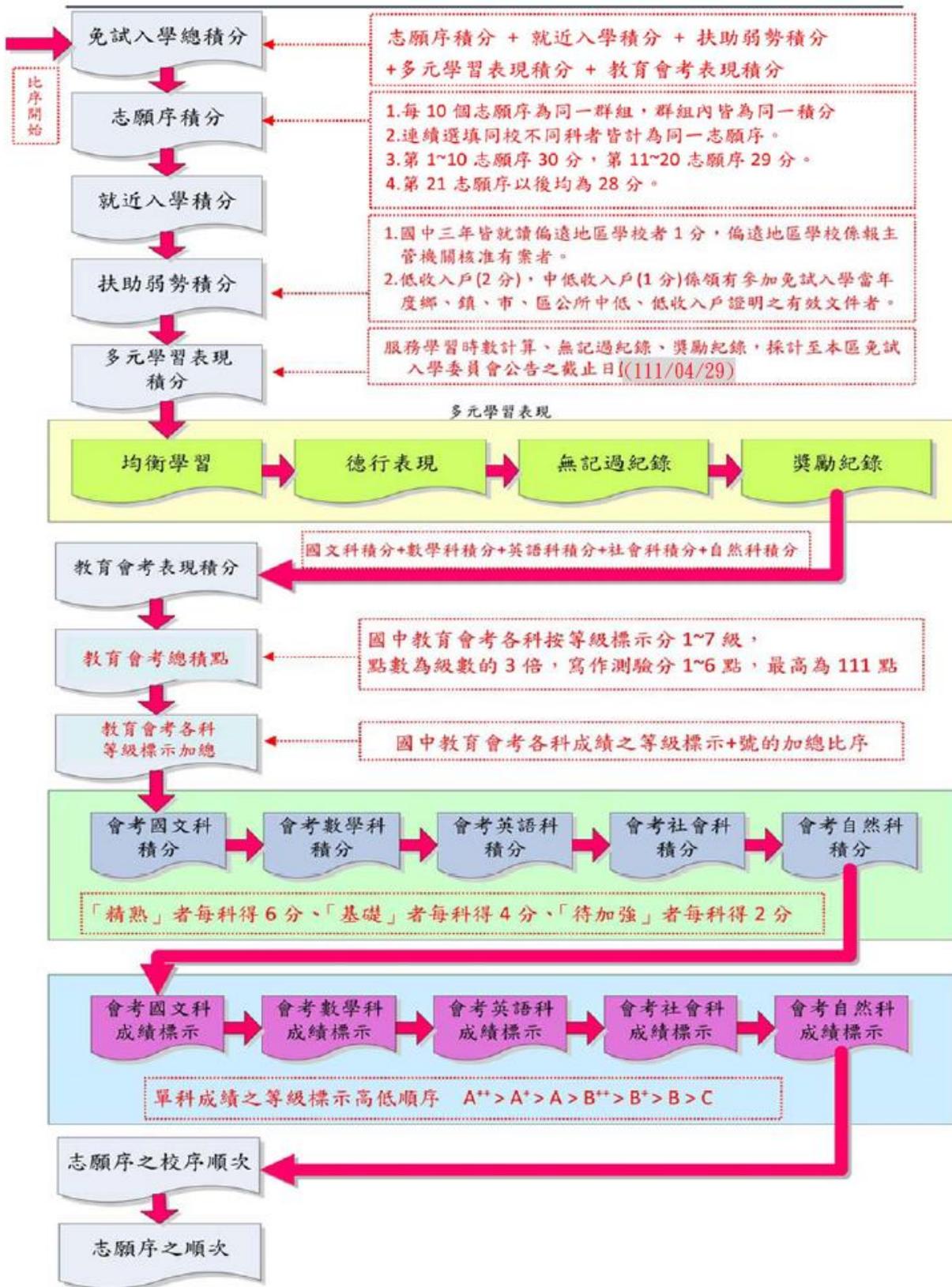
附件 3 中投區高級中等學校免試入學超額比序項目積分對照表
 如有變動，以中投區高級中等學校免試入學委員會之最新公告為準。

項目 配分	項目	積分計算方式		備註
		計算標準	上限	
志願序積分 (30分)		第 1 至 10 個志願序 30 分 第 11 至 20 個志願序 29 分 第 21 個志願序以後均為 28 分	30 分	志願以群組方式計分，每 10 個志願序為一群組，同一群組內之志願序皆為同一積分。連續選填同校不同類科者皆計為同一志願序。
就近入學積分(10分)		符合中投區免試就學區者 10 分 符合中投區共同就學區者 10 分	10 分	
扶助弱勢積分 (3分)		符合偏遠地區者 1 分； 符合中低收入戶者 1 分 符合低收入戶者 2 分。	3 分	1. 偏遠地區學校係報主管機關核准有案之偏遠學校，且國中三年就讀偏遠學校者。 2. 經濟弱勢係領有參加免試入學當年度鄉、鎮、市、區公所中低、低收入戶證明之有效文件者。
多元	均衡學習	任一領域符合者 3 分； 四領域皆符合者 12 分	12 分	1. 健體、藝術、綜合、科技各領域五學期平均成績及格者。 2. 採計國中前五個學期。

學 習 表 現 積 分 (27 分)	德行 表現	社團(2分)、 服務學習(3分)。	5分	1. 社團及服務學習由國中認證。 2. 任一學期參加一項校內社團者給1分。 3. 任一學期累積服務滿6小時者給1分，未滿者不予計分。第六學期採計至本區免試入學委員會公告之截止日(4月底)。
	無 記過 紀錄	無處分紀錄者6分；銷過後無懲處紀錄者6分；銷過後無小過(含)以上紀錄者3分。	6分	1. 依銷過後計算(不得功過相抵)。 2. 3次警告折算1次小過。 3. 採計至本區免試入學委員會公告之截止日(4月底)。
	獎勵 紀錄	大功每支3分； 小功每支1分； 嘉獎每支0.5分。	4分	採計至本區免試入學委員會公告之截止日(4月底)。
教育會考表現積分(30分)	「精熟」者每科得6分 「基礎」者每科得4分 「待加強」者每科得2分	30分	本積分為「國文」、「數學」、「英語」、「社會」、「自然」等五科之教育會考表現加總。	
總積分	100分			

附件 4 中投區高中免試入學超額比序流程圖

如有變動，以中投區高級中等學校免試入學委員會之最新公告為準。



附件 5 五專入學說明

1. 五專入學的超額比序積分，採計方式與高中不太相同，大致上有多元學習表現（競賽、服務學習、日常生活表現評量、體適能）、技藝優良、弱勢身分、均衡學習、適性輔導、國中教育會考、寫作測驗等等。競賽係指簡章所列的全國性/國際性競賽、縣市政府主辦且獲獎證明落款人為縣市首長。有些五專在聯合入學招生時採計全民英檢或多益英語測驗。
2. 五專入學「均衡學習」比序項目規定，健康與體育、藝術、綜合活動、科技四學習領域在校評量成績之及格與否，得予採計為比序項目。語文、數學、社會、自然科學四學習領域在校評量成績，不得採計。
3. 往年，五專各招生學校各科（組）採計國中教育會考成績說明
 - (1) 國立五專招生學校各科（組）均須採計國中教育會考成績。
 - (2) 私立五專招生學校護理科、護理助產科亦須採計國中教育會考成績。
 - (3) 私立五專招生學校除護理科及護理助產科外之各科（組），由各校自行決定各科（組）是否採計國中教育會考成績。
 - (4) 各招生學校科（組）採計國中教育會考成績之情形，請參閱簡章。
4. 詳情以五專免試入學委員會之最新公告為準。

犁中之光

一、品德教育：

- (一) 親子天下雜誌「品格教育推手學校」。
- (二) 星雲大師教育基金「三好校園實踐學校」。
- (三) 公益信託星雲大師教育基金「三好校園典範學校」。
- (四) 臺中市「品德教育認證學校」。
- (五) 臺中市國中組「友善校園特優學校」。
- (六) 臺中市「推動品德教育典範標竿學校」。

二、閱讀教育：

- (一) 教育部「閱讀磐石學校」。
- (二) 教育部優質國中「100選閱讀優質學校」。
- (三) 教育部「閱讀推手學校」。
- (四) 臺中市國民中小學「推動閱讀績優第一名學校」。
- (五) 親子天下雜誌「100所樂讀學校」。
- (六) 全國中小學「閱讀星球校園獎學校」。

三、學生事務：

- (一) 臺中市校務評鑑「特優學校」暨「亮點學校」。
- (二) 臺中市友善校園輔導工作國中組「績效訪視優等學校」。
- (三) 臺中市105~109年度國民中小學「優質亮點發展學校」。
(主題:四張王牌·犁是贏家)
(特色:技藝專才、英語交統、三好品德、宏觀閱讀)
- (四) 全國「績優童軍團學校」。
- (五) 臺中市「績優女童軍團學校」。
- (六) 106~107學年度中市普及化運動班際排球賽「冠軍二連霸學校」。
- (七) 臺中市中輟預防追蹤與復學輔導「績優學校」。
- (八) 臺中市學生午餐及營養教育工作輔導考核工作「優等學校」。
- (九) 臺中市110學年度SH150方案推動計畫「績優學校」。
- (十) 臺中市112年度健康促進績優學校選拔「銅質獎」(連續三年)
- (十一) 本校榮獲【第十二屆三好校園實踐學校】
- (十二) 111學年度中市普及化運動班際排球賽「第三名」，112學年度中市普及化運動班際排球賽「第五名」。
- (十三) 111學年度全國中等運動會游泳200公尺蝶式項目全國「第八名」，112學年度全國中等運動會游泳200公尺蝶式項目全國「第二名」、400公尺自由式全國「第三名」及800公尺自由式全國「第四名」。

學務處工作報告

一、生活教育宣導

(一)交通安全宣導：

1. 車輛停看聽，行人安全行：車輛禮讓行人，行人加速通行，共建友好交通。
2. 人車分流，危險不留：學生上放學人車分流，確保安全；家長接送時，大小車分區停靠，避免於校門口前迴轉，共建無礙交通。
3. 騎乘自行車配戴安全帽：請家長配合，若孩子是騎乘自行車上學，無論是自用或 Ubike，皆提醒孩子戴專用安全帽，避免意外發生時的遺憾。

(二)反霸凌宣誓活動已於開學後宣導及宣誓。

- (三)性別平等教育宣導及性平法新修法，本校已擬定新的「校園性別事件防治規定」、「性別平等教育委員會設置要點」、「性別平等教育實施規定」，並已公告於校網雲端資料夾。教師輔導與管教辦法新修訂，本校也已將新修訂的「教師輔導與管教辦法」、公告於校網雲端資料夾。

(四)防治學生藥物濫用宣導活動：

近年新興毒品盛行，多為多種毒品成分混合而成，易上癮、危險性高。多數不法份子會利用其他包裝美化裝飾（如動漫人物、可愛卡通動物，小熊糖果造型等）降低民眾戒心。請家長提高警覺，檢視產品是否有標註成分及其他資訊，以防孩子受騙上當！

(五)地震防災逃生演練活動：

1. **9/20** 國家防災日：當天政府將發布細胞簡訊，請民眾毋須驚慌。如確實發生地震，請民眾依周圍環境狀況進行「趴下、掩護、穩住」，確保自身安全。
2. 約定災時聯絡方式：請家長協助配合與小孩約定災時聯絡、集合方式，避免災時校方聯絡管道滿線，延誤訊息傳遞。

(六)登革熱及茲卡病毒防制宣導：

1. 落實居家戶外孳生源清除，確實做到「巡」、「倒」、「清」、「刷」四步驟，以免孳生病媒蚊。
2. 若有發燒、頭痛、後眼窩痛、肌肉痛、關節痛、出疹等疑似症狀，應儘速就醫。
3. 相關資訊，請上疾管署全球資訊網 (<http://www.cdc.gov.tw>) 查詢，或撥打國內免付費防疫專線 1922 (或 0800-001922) 洽詢。

(七)水域安全宣導。

1. 教育部體育署呼籲戲水到有合格救生員的泳池或水域，同時也提醒家長，應適時關心孩子的玩樂地點、時間及活動，多多陪伴孩子、關心孩子的安全，避免到危險水域從事戲水。
2. 防溺十招：
 - (1) 戲水地點需合法，要有救生設備與人員。
 - (2) 避免做出危險行為，不要跳水。
 - (3) 湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心。
 - (4) 不要落單，隨時注意同伴狀況位置。
 - (5) 下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水。
 - (6) 不可在水中嬉鬧惡作劇。
 - (7) 身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳。
 - (8) 不要長時間浸泡在水中，小心失溫。
 - (9) 注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水。
 - (10) 加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆。

(八)健康宣導：

1. 性教育暨愛滋病防治宣導：

- (1) 愛滋病是一種經由性行為、血液或母子垂直傳染的疾病，會破壞人體原本的免疫系統，使

病患的身體抵抗力降低，嚴重時會導致病患死亡；預防方式，除了避免危險性行為外，更不要與人共用針頭等可能傳輸血液的行為。

(2) 目前教育部有補助高級中等以下學校友善提供多元生理用品，除已造冊發放的多元生理用品券外，若學生在校臨時有需要，可至健康中心領取。

(3) 倘發現學生已感染愛滋病，除應保障個案隱私，不得未經同意揭露感染者身分外，亦應協助至愛滋指定醫療院所檢驗與治療，以及提供正確防治資訊。

2. 全民健保/正確用藥宣導-聰明就醫 6 要素：

(1) 觀察病症的情形

(2) 優先選擇一家醫

(3) 病症表述用口訣

(4) 合理期待最和諧

(5) 正確用藥愛健保

(6) 如期回診要記牢

3. 健康體位宣導：為維護學生健康，提供健康 85210 策略做為參考

8 - 睡滿 8 小時；

5 - 天天五蔬果：鼓勵學生多吃蔬菜、水果；

2 - 四電少於二：每天用電腦、看電視、玩電玩、打電話不超過 2 小時；

1 - 天天運動 30 分，養成每天 30 分鐘的運動習慣，一週累積 210 分鐘的運動量；

0 - 喝足白開水：每天喝 1500 - 2000 CC 的白開水，並且少喝含糖飲料等

4. 流感及 COVID-19 防治宣導：

(1) 為避免校園群聚及疫情流行，113 年度臺中市政府衛生局擴大辦理校園流感及 COVID-19 疫苗集中接種，本學年度接種日期為 10 月 18 日上午，2 種疫苗同時施打。

(2) 衛生福利部疾病管制署 (CDC) 推廣全國校園疫苗接種行政電子化系統 (NIAS)，登記方式由家長掃 QRcode 進行線上簽署流感及新冠意願書。

(3) 雖嚴重特殊傳染性肺炎已減緩，但即將進入秋冬好發的流感及諾羅病毒等傳染病，請協助做好個人健康防護——

a. 自主佩戴口罩，注意咳嗽禮節。

b. 肥皂勤洗手，勿以手碰觸口鼻。

c. 天天量體溫，注意自身健康狀況。

d. 不接觸野生動物及禽鳥。

e. 避免前往人潮擁擠的場所。

f. 生病不上學、不上班。

(九) 空氣品質健康宣導

1. 臺中市空氣品質指數 (AQI) 分為綠色、黃色、橘色、紅色、紫色。

2. 若遇橘色、紅色、紫色警訊，請做好個人防護措施，如：戴口罩、護目鏡等，並適度關閉門窗；若有不適，如：眼痛、咳嗽或喉嚨痛等，應減少戶外活動。(臺中市政府環境保護局即時空氣品質監測網站：<http://taqm.epb.taichung.gov.tw/>)

(十) 環境教育宣導：

1. 節能減碳宣導：冷氣控溫不外洩，隨手關燈拔插頭，綠色採購看標章，惜用資源顧地球。

2. 機動車輛零怠速宣導：機動車輛停車怠速等候逾三分鐘，應關閉引擎。違反該辦法相關規定者，可處機動車輛使用人或所有人新臺幣 1,500 元以上、6 萬元以下之罰鍰。

3. 動物保護宣導

(1) 請做個盡職的動物管理人：a. 報戶口、b. 打預防針、c. 絕育手術、d. 安心遛犬不留便；未依規定完成狂犬病疫苗注射依法處 3 萬元至 15 萬元罰鍰。

(2) 放任犬隻便溺未清除最高罰 6000 元；遛狗未攜帶犬便清除用具最高罰 3000 元。

(十一) 菸害防制宣導：孩子在國中階段常因同儕、情緒、交友等因素而接觸菸品，故請家長務必

多注意孩子的交友狀況與家中菸品管控，勿讓孩子沾染不良習慣，甚至觸法：

1. 修正後的菸害防制法已於 112 年 3 月 22 日公告實施：

(1) 全面禁止類菸品（含電子煙）及加強管制指定菸品（含加熱菸）。

(2) 提高**禁菸年齡至 20 歲**，違者須接受戒菸教育。

(3) **學校為全面禁菸場所**。

(4) 供應類菸品或其組合元件，處新臺幣 1 萬元至 25 萬元罰鍰。

(5) 使用類菸品者，處新臺幣 2 千元至 1 萬元罰鍰。

2. **校門口及週邊人行道範圍為全面禁菸場所**，於範圍內吸菸者依菸害防制法第 40 條規定處 2000 元以上 1 萬元以下罰鍰。

3. 依「菸害防制法」及「學校衛生法」規定，**校園內全面禁菸**，請家長到校時能配合該項規定，**違者依法處新臺幣 2000 元以上 1 萬元以下罰鍰**。

4. 「菸害防制法第 16 條第 1 項」：**「未滿 20 歲者，不得吸菸。」**

「違反第 16 條第 1 項規定者，應令其接受戒菸教育；未成年者，並應令其父母或監護人使其到場。」

未滿二十歲之人無正當理由未依前項通知接受戒菸教育者，處新臺幣 2 千元以上 1 萬元以下罰鍰。

(十二) **熱傷害宣導：**

臺灣夏天炎熱潮濕，容易因身體無法正常調節高溫，發生熱傷害的情形。常見的熱傷害包括熱痙攣、熱衰竭、中暑等，又以中暑最嚴重，若處理不當，會導致器官衰竭，甚至死亡，死亡率甚至可能超過 30%。

預防高溫熱傷害，熟記「熱傷害三要訣」：

1. 保持涼爽：穿著輕便、淺色、寬鬆、透氣及抗 UV 的衣服。

2. 補充水分：

(1) 隨時補充水分，不可等到口渴才補充水分，建議每天飲用 6-8 杯水(240ml/杯)的白開水，分次小口慢慢喝，並隨著活動強度、身體狀況、氣候環境等而適度調整，並喝多少量的白開水較為適宜。

(2) 每日攝取適量蔬果，因蔬果含有較多水分、豐富的維生素、礦物質及膳食纖維，可促進身體健康。

(3) 避免補充大量糖分的飲料，以免身體流失更多水分。

3. 提高警覺：

(1) 應隨時留意自己及身邊同事的身體狀況，適當休息並補充水分。

(2) 如出現以下熱傷害的警訊，例如：體溫升高、皮膚乾熱變紅、心跳加速，嚴重者還會出現無法流汗、頭痛、頭暈、噁心、嘔吐，甚至神智混亂、抽筋、昏迷等症狀，務必迅速離開高溫的環境、設法降低體溫（例如鬆脫衣物、用水擦拭身體或搨風等）、可提供添加少許鹽的冷開水或電解質飲料，並以最快的速度就醫，多一分警覺，少一分傷害。

二、競賽

(一) 教室佈置比賽及各項宣導海報的製作。

(二) 各項學藝競賽（漫畫、書法、書籤、標語製作）。

(三) 班際體育活動競賽：拔河競賽、排球賽、大隊接力賽。

(四) 廢光碟廢電池回收競賽。

(五) 廁所整潔競賽。

(六) 生活榮譽競賽：秩序、整潔。

三、活動

(一) 班週會活動：性別平等、反霸凌、交通安全、預防犯罪、防災演習、媒體識讀、法治教育、

環境教育、菸害防治、防治藥物濫用等宣導。

- (二) 每週一下午一、二年級學生社團活動。(社團活動特色請參閱附件)
- (三) 持續推動品德教育。
- (四) 期初幹部訓練。
- (五) 各班級模範生選拔。
- (六) 餐後潔牙活動。
- (七) 環境教育及資源回收活動
- (八) 推動「學生每週在校運動 150 分鐘方案-SH150」。
- (九) 辦理「零時體育計畫」，讓學生多運動，實施普及化運動。
- (十) 學校運動代表隊集訓。
- (十一) 113 學年度三年級戶外教學活動(113 年 11 月 6-8 日)。
- (十二) 113 學年度二年級隔宿露營活動(113 年 11 月 12-13 日)。
- (十三) 113 學年度三年級畢業紀念冊相片拍攝作業。
- (十四) 二十五週年校慶園遊會(113 年 12 月 27 日)。

四、午餐工作宣導

- (一) 113 學年度學生午餐自付額為每人每餐 52 元。四菜一湯，一週一次水果，每月一次豆漿。
- (二) 臺中市寒暑假暨例假日安心餐券以「數位學生證」方式兌餐，請家長提醒孩子妥善保管學生證，避免造成無法兌餐情形。
- (三) 學生自備餐具用餐，煩請家長提醒孩子，每日回家記得清洗餐具，隔日記得帶餐具到校，禁止使用免洗餐具，感謝您的配合。

五、「學生獎懲及服務時數」影響說明

(一) 影響會考超額比序積分：

1. 「國中教育會考免試入學超額比序積分」之多元表現項目有採計學生獎懲狀況與服務時數，採計截止日為國三會考當年 4 月底，而後不予計算。

2. 採計分數如下：

- (1) 服務學習(3分)：任一學期累積服務滿 6 小時者給 1 分，未滿者不予計分。
- (2) 無記過紀錄(6分)：無處分紀錄者及銷過後無懲處紀錄者 6 分；銷過後無小過(含)以上紀錄者 3 分。依銷過後計算。
- (3) 獎勵紀錄(4分)：大功每支 3 分；小功每支 1 分；嘉獎每支 0.5 分。採前五個學期之紀錄。

(二) 影響學生畢業證書領取：

依據「國民小學及國民中學學生成績評量準則」第 12 條第 1 項：「出席率及獎懲：學習期間授課總日數扣除學校核可之公、喪、病假，上課總出席率至少達三分之二以上，且經獎懲抵銷後，未滿三大過，由學校發給畢業證書。」

附件：社團活動課程表

編號	社團名稱	一年級社團課程簡介	活動場地
701	藝術手作社	強調手作體驗及手腦並用，除學習到多元的課程並可得到意想不到的療癒效果，喜歡手作的同學，千萬不要錯過。(材料費約 100 元)	分組教室 4(B24)

702	MV 流行舞蹈社 7	透過流行音樂學習舞蹈動作，將代表本校參演各項舞蹈比賽、活動，學校重大節日需義務表演。	表藝教室 2(C12)
703	羽球社	藉由活動的進行，學習各種比賽技巧及動作，歡迎有興趣的同學一同加入羽球社。	犁豐館
704	排球社	藉由活動的進行，學習各種比賽技巧及動作，歡迎有興趣的同學一同加入排球社。	排球場
705	電影欣賞社	讓學生以電影欣賞反省人生與周遭世界，並學習電影裡有價值且正向的態度及人生觀。	音樂教室 1
706	創客社	結合各項競賽及各領域課程，體驗動手做的學習樂趣，藉由動手做培養學生創意思考能力，提升學習成效。(教材費約 250 元)	生科教室 (A18)
707	木球社	藉由活動的進行，學習各種比賽技巧及動作，歡迎有興趣的同學一同加入木球社。(跨年級社團)	操場
708	童軍社	依據童軍進程訓練，享受戶外團體生活的樂趣，學校節日需義務服務。(跨年級社團)	童軍教室 (B17)
709	管樂社	學習基本管樂器演奏技巧，學校重大節日需義務表演。(跨年級社團)	管樂教室 (C22)
710	AI 魔方社 7	利用「熟悉」的魔方，學習程式語言二進位法。首創多樣化「發明專利」讀心術，課程豐富有趣，引導學生認識 0 與 1，學會基本編碼概念(材料費約 200 元)	資訊科技教室/ 生活科技教室 2(A37)
編號	社團名稱	二年級社團課程簡介	活動場地
801	閱讀社	藉由各種活動的方式讓你和書不再有距離，喜歡閱讀的你加入我們吧！	圖書館
802	桌遊社	本社團將以不同類型取向之桌遊融入各科教學，如反應類、邏輯類、社交類別等桌遊，讓學生充分思考體驗與學習，讓社團的學習在趣味中達到更多元學習。(材料費約 200 元)	美術教室 2(A50)

803	MV 流行舞蹈社 8	透過流行音樂學習舞蹈動作，將代表本校參演各項舞蹈比賽、活動，學校重大節日需義務表演。(限女生，包含二年級留社舊生)	表藝教室 1(C13)
804	棒壘球社	藉由活動的進行，學習各種比賽技巧及動作，歡迎有興趣的同學一起加入棒壘球社。(女生至少 8 人)	操場
805	桌球社	藉由活動的進行，學習各種比賽技巧及動作，歡迎有興趣的同學一同加入桌球社。	桌球室
806	籃球社	提升校內籃球運動風氣及水準，培養個人籃球之基本動作及技能，增加社員之體適能，並學會籃球之規則及參與比賽。	籃球場
807	AI 魔方社 8	利用「熟悉」的魔方，學習程式語言二進位法。首創多樣化「發明專利」讀心術，課程豐富有趣，引導學生認識 0 與 1，學會基本編程碼概念。(材料費約 200 元)	E 化資源教室 1(B37)
808	英文話劇社	藉由英語話劇表演，練習英語口說，培養個人穩健台風，歡迎有興趣的同學一同加入英語話劇的魅力!	E 化資源教室 2(B38)
809	歌唱社	藉由練習不同曲目，練習舞台台風，訓練唱歌技巧。	音樂教室三 (C31)

總務處工作報告

一、 近日完成及持續進行之檢修及保養項目：

- (一) 飲水機巡檢及水質檢驗：為維持師生飲用水安全及衛生，本校每月派員進行飲水機檢查，每季更換濾心及飲用水水質抽驗。
- (二) 草皮修剪：為維持校園草坪平順及整潔，視草皮生長情況，約每六到八周派員修剪。
- (三) 機電保養：於 8 月份已完成機電設備之檢測及保養。
- (四) 消防安全：於 8 月份已完成消防設備檢測及保養。
- (五) 樹木修剪：於 8 月份已完成校園圍牆內周遭樹木之修剪及清運。
- (六) 校園消毒：每學期全校進行校園消毒 2 次，最近 1 次已於 8 月 24 日完成。
- (七) 犁豐館進行整修於 9 月 22 日前完工。
- (八) 第二會議室、校史室進行整修於 10 月初完工。

二、 近期辦理之採購、招標案件：

- (一) 113 學年度二年級童軍宿營活動招標完成並完成簽約。
- (二) 113 學年度三年級戶外教育活動招標完成並完成簽約。
- (三) 運動場 PU 跑道重新鋪設已向教育局申請評估，教育局承辦將會安排到校現勘討論。

三、 學生註冊收取代收代辦費程序(四大超商收註冊費均不另收手續費，請學生在期限內多利用超商繳費)：

- (一) 9 月 13 日(五)發放註冊須知及註冊繳費單。
- (二) 9 月 13 日(五)至 9 月 22 日(日)註冊繳費(請至四大超商及玉山銀行繳費)。
- (三) 9 月 23 日(一)補註冊，還未繳費的同學請到本校總務處出納組繳費。
- (四) 繳費金額如有錯誤，請勿至四大超商或玉山銀行繳費。必須請學生持繳費單向學校各負責業務組長更正金額後，再到總務處出納組繳費。
- (五) 繳費之後，請學生將第 2 聯「學校收執聯」交由導師收齊，再請導師於 9 月 24 日(二)交回總務處出納組。

輔導室工作報告

- 一、本學年持續設立輔導志工，歡迎各位家長代表及委員關心並踴躍參加。
- 二、家庭教育宣導事項：
 1. 要求子女分擔家務，整理房間，打掃廁所，培養負責耐苦的生活習慣及男女平權的觀念。
 2. 縮限子女看電視的時間內容並監督收看節目的品質。(過度收看電視導致學習障礙的案例) 家長以身作則是最好的家庭教育。
 3. 限制上網的時間，避免網路成癮和誤上情色及不良網站戕害身心及至誤蹈法網。(網友性侵犯女學生案例)
 4. 了解子女的交友狀況並和對方家長保持聯繫。
 5. 回家後從不出門，一直待在房間並不代表都沒問題，請關心子女在房內從事什麼事？
 6. 每天製造十五分鐘和子女交談的機會，聽聽他們都做些什麼，想些什麼，學些什麼？
 7. 有限度的使用手機，避免上課或是半夜傳簡訊影響睡眠及干擾別人作息。(手機圍攻同學事件案例)
 8. 飲食均衡，避度加工，高糖高油高鹽及使用人工色素及添加物的食品，造成健康受損及妨礙學習。
- 三、本校有針對經濟弱勢之學生家庭提供物資發放，本學期已於期初發放物資給學生。未來輔導室將繼續請導師提供班上有需要的學生名單，請各位家長可向導師申請，再由導師向輔導室申請。
- 四、整合校內外資源，建置學校輔導網絡，積極推動個案學生的認輔，提高孩子的學習與生活適應能力。本校除了導師日常的生活輔導、教師個案認輔之外，還設置2位專任輔導教師，隨時提供孩子們心理諮商與輔導。
- 五、持續招募愛心工作隊員，整編愛心工作服務志工團隊，支援學校學生上下學交通導護、圖書資料整理與校園美化綠化等事宜，歡迎有意參與學校愛心志工的家長到輔導室報名。本學期已於9/12(四)晚上召開愛心志工大會。
- 六、請各位家長多關懷您的左鄰右舍，如有符合下列情況的**高風險家庭**類型，包括經濟負擔困難或負債壓力、精神疾病或藥酒癮者、婚姻關係紊亂、家人有自殺紀錄、家人有犯罪紀錄，由輔導組聯繫市政府社會局協助處理，以預防孩子受虐待、家庭暴力或性侵害等不幸事件發生。
- 七、兒童及少年保護部份：針對受家暴、強迫猥褻行為、性侵害、兒童虐待事件、憂鬱自傷、遭遺棄、強迫或引誘自殺行為、生命、身體或自由有立即之危險或有危險之虞學生、中輟學生、學生主要照顧者從事特種行業、未婚生子、失業、死亡、入獄服刑等使兒童及少年未獲適當照顧，將提報社會局，由社工至校或家訪關懷，並由輔導組協助申請心理諮商人員進行心理輔導或諮商。
- 八、教育部整合全國家庭教育諮詢專線為單一碼：412-8185 提供一般民眾諮詢親職教育(包含孩子教養問題)、婚姻關係、家人互動(婆媳關係)、家庭管理等問題，倘家長有前述問題或發現家長教養觀念嚴重偏差時，除視學生所處情況速通報相關單位處理外，並建請家長撥打旨揭專線，服務時間為週一至週五9時至12時、14時至17時及19時至21時，週六9時至12

時、14 時至 17 時。詳情可上網(<http://moe.familyedu.moe.gov.tw>)查詢。

九、預防孩子網路成癮：

- ◎為電腦找個安全的家：建議和孩子一起討論電腦最適宜的位置，最好是能夠讓爸媽放心的地方。
 - 電腦最好放在明顯的位置，例如客廳，好隨時注意孩子的上網活動。
 - 請留意椅子與螢幕的高低位置，螢幕需在孩子能平視的位置。
 - 如有需要，可以在父母房間內裝設網路或電腦電源的開關，定時關機。
 - 安裝「網路守護天使」軟體，可至教育部網路下載(<http://www.edu.tw>)。
- ◎訂立與孩子的上網守則：與孩子一起制定上網守則，貼在電腦旁，親子一起簽名執行。
 - 使用規則：完成功課或詢問家長（爸、媽、阿嬤、阿公），同意後才可上網。
 - 上網守則：上網 30 分鐘就休息 10 分鐘，並訂立處罰與獎勵規則。
- ★ 提醒您：手機亦可上網，請考慮孩子手機之網路設定。
- ★ 提醒您：隨時注意孩子上網時間長短，是否有身心不適、睡眠不足的網路沈迷問題。
- ★ 提醒您：與孩子討論是否可去網咖；如果可以，請注意進出時間、使用內容及網咖安全性
- ◎與孩子一起教學相長：與孩子一起討論網路使用的注意事項，討論中教導孩子正確的網路行為。
 - 結交網友要小心，網友邀約要謹慎：如要赴約一定要告訴爸媽、結伴同行。
 - 個人的資料要保密，不輕易透露自己的真實姓名、地址或電話。
 - 在轉寄或張貼訊息前，要好好思考；網路是公開場合，有可能會到處流傳。
 - 隱私玩笑能傷人，不隨便惡作劇或惡搞，尊重他人才能獲得別人尊重。
 - 網路遊戲的世界與真實世界還是有差異的，不要沈迷於遊戲，影響身心。
- ◎適時檢查孩子的活動：如果真的不放心孩子的網路行為，可以適時適當的檢查電腦。
 - 透過電腦的瀏覽紀錄，檢視孩子的上網紀錄；如有必要，可封鎖不良網站。
 - 如果孩子有網誌，可以瀏覽孩子的網誌，觀察孩子的活動或心理狀況。
 - 安裝監控電腦使用情況或增加網路守門功能的軟體。
 - 如有需要，可以在父母房間內裝設網路或電腦電源的開關，定時關機。
- ◎一起從事戶外活動：網路世界雖然很吸引人，但請鼓勵並陪伴孩子多利用暑假期間從事安全的戶外活動，避免每天沈迷於網路。
 - 製造孩子和家人相處的時間，利用家人閒暇時間從事戶外活動。
 - 鼓勵孩子參加非網路活動的校外活動。
- ◎請家長撥下列電話或上網諮詢。
 1. 熱線電話：02-3393-1885(想想就想你幫幫我)。 24 小時網路諮詢：www.cyberangel.org.tw
 2. 人員服務時間：週一~週五 AM9：30-11：30/PM1：30-3：30。
 3. 其他時段請留言或網路諮詢。

十、各項宣導服務電話：

1. 婦幼保護專線(家庭暴力防治保護專線)：113；緊急報案：110。
2. 天使專線·台灣兒童少年自殺防治專線：0800-555-911。
3. 男性關懷專線：0800-013999。 4. 外籍配偶諮詢專線：0800-088885。
5. 臺中市家庭暴力及性侵害防治中心：04-25293453。
6. 免付費全國未成年懷孕諮詢專線：0800-257085
7. 家庭教育諮詢專線(手機撥打+02)412-8185

資料組報告

- 一、配合政府政策加強生涯發展教育宣導，本學年將規劃一年級家長入班職業介紹、二年級學生至高職實作參訪，三年級適性入學宣導與高中職入班宣導。另外規劃辦理全年級生涯教講座兩場。辦理日期依學校行事曆，以啟發學生未來升學各科系之生涯探索，落實生涯發展教育。
- 二、建立學生基本資料，以了解學生家庭狀況並提供各處室橫向溝通與協助。
- 三、落實學生生涯輔導紀錄手冊的填寫及生涯適性輔導機制，以協助學生自我探索及未來升學進路的選擇。
- 四、辦理升學入班宣導，提供相關升學資訊，供學生與家長升學進路參考。
- 五、輔導學生有關技職教育的探索與發展，並申請辦理職涯講座，以協助學生了解各科系之未來職業走向、薪資介紹、所需特質等……。
- 六、本學年度辦理三年級抽離式技藝教育課程：上學期為餐旅職群、家政職群，下學期為食品職群、動力機械職群。
- 七、辦理實用技能學程、建教合作升學報名，協助經濟弱勢家庭孩子邊工作邊就學。

特教業務報告

- 一、依回歸主流之教育策略，部分班級編有身心障礙學生，請家長能輔導並協助貴子弟與身心障礙學生建立良好互動關係，並給予適時的協助。
- 二、協助身心障礙孩子申請鑑定、安置、心理諮商、專業服務(物理、職能、語言治療)、交通補助、獎助學金及學生助理人員服務。
- 三、身心障礙學生適性輔導安置(原12年就學安置)等，並向身障生、家長宣導各項特殊生之福利、校外舉辦之親職教育研習等。
- 四、辦理資優教育方案，提供加深加廣課程，開展學生優勢智能。

臺中市立四張犁國中愛心服務站

商店名稱	聯絡電話	地 址
7-11 便利商店-后庄店	24251026	臺中市北屯區后庄路141號
四香珍食品行	24227856	臺中市北屯區后庄路903號
7-11 便利商店-昌盛店	24224542	臺中市北屯區昌平路二段45-8號
7-11 丰瑞店	0963100711	臺中市北屯區四平路563號
萊爾富中竹店	22920542	臺中市北屯區后庄路481號

臺中市立四張犁國民中學輔導網絡



心情溫度計

簡式健康量表每週自我檢測

請您仔細回想「在最近一星期中（包括今天）」，這些問題使您感到困擾或苦惱的程度，然後圈選一個您認為最能代表您感覺的答案。

完全沒有 輕微 中等程度 厲害 非常厲害

1. 睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒 —	0	1	2	3	4
2. 感覺緊張不安 —	0	1	2	3	4
3. 覺得容易苦惱或動怒 —	0	1	2	3	4
4. 感覺憂鬱、心情低落 —	0	1	2	3	4
5. 覺得比不上別人 —	0	1	2	3	4
★ 有自殺的想法 —	0	1	2	3	4

得分與說明

前5題總分：

- 0-5 分：為一般正常範圍，表示身心適應狀況良好。
- 6-9 分：輕度情緒困擾，建議找家人或朋友談談，抒發情緒。
- 10-14 分：中度情緒困擾，建議尋求紓壓管道或接受心理專業諮詢。
- 15分以上：重度情緒困擾，建議諮詢精神科醫師接受進一步評估。

* 有自殺的想法 *

本題為附加題，若前五題總分小於6分，但本題評分為2分以上(中等程度)時，宜考慮接受精神科專業諮詢。

淺談學障生教學策略

文/KIN (國中特教教師、台灣特教工作作業人員協會理事)

看到「學習障礙」四個字，您會想到什麼呢？是對學習有困難嗎？還是對學習有恐懼，導致學不好或成績不好呢？其實，這些都不是學習障礙的意思。

學習障礙是在特殊教育法十三項身心障礙類別中的一類，要取得學習障礙這個身分，需要透過專業的心理鑑定及評量，再經由特殊教育學生鑑定及就學輔導會通過；之後，有該身分的學生才能進入特教系統，接受相關特教服務。

學習障礙的亞型

學習障礙有一些亞型，在臺灣大致分為以下五類：

1. 識字困難

此類學生對認讀字形有很大的困難，無法認字或看不懂某字是什麼，字在他們眼中都像畫圖一樣。教學時，建議可以用圖像教學法，搭配容易記誦口訣，來讓學生學習。

2. 書寫困難

此類學生容易有字形錯誤、部件錯置、聽寫困難、書寫表達技巧不佳等學習問題。教導他們時，除了用電腦打字代替書寫外，也可以運用平板電腦，搭配相關軟體，線上練習國字筆畫。

3. 閱讀理解困難

此類學生難以理解文章字意，無法讀懂文章要表達的意思。教學策略除了可以用聆聽方式引導其學習，筆者較常用的策略是問答、帶領推論及摘述重點等。

4. 數學困難

此類學生對數字有辨認的障礙，還有計算的障礙、概念形成的障礙、策略學習與應用的障礙，以及數學符號理解的障礙。他們多半讀不懂應用題，進而無法計算，故可以指導學生解應用題的策略；並且，他們對於符號的理解常有錯誤，除了透過策略加強辨識外，還要透過精熟學習來改善。

5. 其他困難

有些學生會有專注力、記憶力，或是動作協調困難等問題，甚至同時有這些情況。以專注力為例，教學時可以建議學生用不同色筆標記相關重點，也可以利用便利貼進行生活中的小提醒，或是配合醫療，以藥物加自我行為監控，改善學習效果。

校方的正向支持

綜上所述，學習障礙的學生，有各式各樣的類別，但無論是哪一類，他們多數會因長期的學習失敗及挫折，往往沒有自信，或是缺乏學習動機。教師除了陪伴外，還可以多給予正向鼓勵和支持。例如：當孩子完成規定的功課或任務時，給予口頭肯定，增加他們的信心或是願意接受新的挑戰，當挑戰失敗時，以支持代替責罵等。

舉例來說，筆者幾年前有一名學生W，為閱讀加上書寫障礙。W在原班完全無法跟上同儕的學習腳步，無法自己書寫文字。後來，W抽離國文、英文、數學課程至資源班上課，加上特殊需求課程。透過小組學習，以及適合的學習策略教學，後來進入技術型高中的汽修科，取得相關證照順利畢業，繼續就讀科技大學修習更艱難的專業。

另外一個學生E為閱讀障礙，她喜歡表演相關科系，也有表演的夢想，在課餘時間接受舞蹈課程；校方在教學上提供特殊需求領域課程，另一方面也儘量給予E表演的舞臺，在畢業旅行和學校畢業典禮表演都擔任要角。最後，E順利考上自己理想的表演科系，一展長才。

父母的陪伴鼓勵

除了校方實施上述的教學策略，由於學習障礙學生多數在學習路上跌跌撞撞，早已失去信心和學習動力，父母應該多給予心理支持及陪伴，一起找出學生的優勢能力，加以發展。畢竟，沒有人天生就會讀書，也沒有人天生就應該要做哪些事，要儘量在日常生活中，發掘學生的亮點和長處，多給予其表現機會和鼓勵。

每個孩子都是父母心中的寶貝，但也是獨立的個體，在支持他們的同時，當然也要拿捏分寸。以下幾點，供家有學習障礙學生的父母參考：

1. 在學習路上，多給予孩子正向且實質的鼓勵，會有意想不到的改變。
2. 試著傾聽孩子的聲音，不要急著給予建議或是回應。
3. 多放手讓孩子幫忙家裡的家事，培養其獨立自主及生活自理的能力。
4. 相信專業醫生、特教教師及導師的建議，與醫生和教師成為合作夥伴。
5. 面對未來，除了傾聽孩子的聲音外，父母也要與個案管理教師討論，如何才能給予孩子最適切的建議。

孩子盛怒時，無須急著幫他滅火；

從接受孩子鬧情緒的點開始，讓他學著梳理情緒的感受

(尚瑞君 2020/09/08) 未來 FAMILY 網站

平常我們親子之間是無話不說，但偶爾讀國二的幼子會因為生氣，而把自己變成蛤蟆搞自閉，任憑我們百般的說明與道歉，他都無動於衷不肯開口說話。

那一天我跟先生剛從外面回家，幼子突然說：「媽媽！為什麼我的豆漿破了洞、整杯都漏光了？」我想到今天先生早餐買了一杯豆漿，但是長子喝掉了！我說：「哥哥喝掉了！」隨後我在流理台上清洗襪子，先生說：「弟弟怎麼跑到沙發上睡覺，他到底吃早餐了沒？」

我這才想起昨晚問他們要吃甚麼早餐時，幼子說要買一杯有糖的冰豆漿，但是我卻忘了這件事，所以先生買豆漿、哥哥喝豆漿和弟弟沒有豆漿喝，其實是三個獨立事件。我跑去跟幼子說：「弟弟！對不起！媽媽昨晚忘記跟爸爸說你要一杯有糖的冰豆漿，而那杯豆漿是爸爸自己買的，早上我有要哥哥留一些鮮奶給你，冰箱也還有無糖豆漿，餐桌上也有你今天想吃的早餐，你趕快吃早餐吧！」弟弟聽了我的說明，開始無言地吃起早餐。

雖然幼子吃完了早餐，但可能餘怒未消，當長子跟他說話時，他完全不搭理，長子很納悶的問我，我說：「媽媽早上忘記弟弟今天要喝有糖的冰豆漿，而你喝了爸爸買回來的那杯有糖冰豆漿，所以弟弟在生氣，你讓他自己整理一下情緒吧！」

你家孩子會為了這種溝通不良的事件而生氣嗎？以前兩個兒子都不會，**但是到了青春期，情緒卻變得異常敏感，不但會為了這種大人眼中的小事生氣，還可以氣挺久的**，以前的我會一直努力的協助他消氣，但後來我選擇尊重孩子的感受，先讓他自己消化後再做選擇。

每個人喜怒哀樂的感受不同。在孩子情緒正高張時，急著幫孩子的情緒滅火，那往往是父母心中以為的愛和好意，但長遠來看，其實我們是否定孩子的感受，當我們急著要孩子不要生氣，或是不要傷心，不要害怕等等時，那表示我們先否定了孩子的感受。

我們站在大人的至高點上發號施令，要孩子不要害怕、不要傷心、不要生氣，以為這樣好像在幫著孩子，其實只是混淆了孩子對情緒的感受與調節能力。因為我們闖過了**很多情緒的關卡才爬上了現在的這個高度，但孩子卻還正在學習經歷這一切。**

每個人都是這個世界上獨一無二的存在，雖然每個人都有喜怒哀樂的感受，但感受性不同，大人憑甚麼來決斷孩子對情緒感受的對錯與所需時間的長短呢？

孩子正在經歷的情緒衝擊、雖然在長遠的人生上來看，好像真的微不足道，但是！這是他成長的歷程，我們憑甚麼用為他好的名目來打斷呢？

當孩子在情緒中變成蛤蠣搞自閉而關上對話的門時，大人可以怎麼辦？你可以接受這個真實的他，讓他自己感受完情緒的波濤後走出來，重新對話。這就像是先接受了孩子敏感的情緒的點，當他被接受時他也會接受這樣鬧情緒的自己，然後在**事後可以跟他分析要如何消化情緒，整理出理性的思路**，最後在經歷不同的情緒考驗後，孩子慢慢地從點到線到面，才可以全面的感受自己對情緒驟起時的反應和應變和選擇，這不會一下子就完成，需要很多大人耐心的等待與陪伴。

幼子跟長子在書房的沙發上做著各自的事，我在書房的電腦前書寫文章，幼子突然說：「故事續寫我寫完了！」我說：「寫完了真棒！謝謝你又開口說話！」長子也興奮的說「謝謝你又開口說話！」

剛才因為幼子還在氣頭上而顯得異常安靜的書房，在幼子開口說話後又開始活絡著對話，讓家人的情感互動再度熱烈起來。

冷戰，像是關係中的未爆彈，但是當情緒不穩定時，自己可以先冷靜一下，卻是一個人可以好好了解自己情緒感受與梳理情緒表現時的必要溫柔時刻。

等孩子學著自己梳理情緒的感受，遠比你要他怎麼做來得更好，因為情緒的調節能力，直接影響到孩子的學習與身心發展，所以就從接受孩子鬧情緒的點慢慢開始，協助孩子更了解自己的內心世界，才可以理出思路，全面掌握住自己的情緒面向與深度。